COVID-19 सम्बन्धी जानकारीमूलक सामग्री

COVID-19 का विविध खोपहरूले कसरी काम गर्छन् भन्ने कुरा बुझ्नुहोस्

COVID-19 को खोपले कसैलाई बिरामी नबनाइकन COVID-19 लगाउने SARS-CoV-2 भाइरसविरुद्ध प्रतिरोधात्मक क्षमता विकास गर्नमा मद्दत गर्छ। यी खोपहरूलाई अमेरिकामा आपत्कालीन रूपमा प्रयोग गर्ने गरी अनुमोदन गरिएको छ र योग्य ओहायोवासीहरूले यी खोपहरू लगाउन पाउँछन्। COVID-19 का विविध खोपहरूले कसरी काम गर्छन्? यी खोपहरू कसरी समान छन्? यी खोपहरू कसरी भिन्न छन्? के यी खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी छन्? खोपको बारेमा थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू तल दिइएका छन्।

COVID-19 खोपहरू: संक्षिप्त तथ्यहरू

	Pfizer-BioNTech	**Moderna**	**Johnson & Johnson (Janssen)**
अनुमोदित मिति	डिसेम्बर 11, 2020	डिसेम्बर 18, 2020	फेब्रुअरी. 27, 2021
खोपको प्रकार	म्यासेन्जर RNA (mRNA)	म्यासेन्जर RNA (mRNA)	भाइरल भेक्टर
डोज	दुई डोज, 21 दिनको फरकमा	दुई डोज, 28 दिनको फरकमा	एक डोज
उमेर	16 वर्ष र सोभन्दा माथिका	18 वर्ष र सोभन्दा माथिका	18 वर्ष र सोभन्दा माथिका
क्लिनिकल परीक्षणबाट प्राप्त प्रभावकारितासम्बन्धी डेटा	दुईवटा डोज लगाउने मानिसहरूमा प्रयोगशालामा पुष्टि भएको COVID-19 रोग निको पार्न 95% प्रभावकारी।	दुईवटा डोज लगाउने मानिसहरूमा प्रयोगशालामा पुष्टि भएको COVID-19 रोग निको पार्न 94% प्रभावकारी।	अस्पताल भर्ना हुनुपर्ने अवस्था र मृत्युबाट पूर्ण सुरक्षा, गम्भीर खालको COVID-19 बाट बचाउन 85% प्रभावित, अमेरिकामा मध्यम तथा गम्भीर खालको COVID-19 बचाउने कार्यमा 72% (समग्रमा 66%) प्रभावकारी।
साइड इफेक्टहरू	खोप लगाएको ठाउँमा दुख्ने, थकाइ लाग्ने, टाउको दुख्ने, मांसपेशी दुख्ने, जोर्नी दुख्ने, ज्वरो आउने। साइड इफेक्टहरू दोस्रो डोज लगाएपछि अझ बढी देखिने गर्छन्। गम्भीर किसिमका एलर्जीहरू (एनाफिलेक्सिस) विरलै मात्र देखिन्छन्।	खोप लगाएको ठाउँमा दुख्ने, थकाइ लाग्ने, टाउको दुख्ने, मांसपेशी दुख्ने, जोर्नी दुख्ने, ज्वरो आउने। साइड इफेक्टहरू दोस्रो डोज लगाएपछि अझ बढी देखिने गर्छन्। गम्भीर किसिमका एलर्जीहरू (एनाफिलेक्सिस) विरलै मात्र देखिन्छन्।	खोप लगाएको ठाउँमा दुख्ने, थकाइ लाग्ने, टाउको दुख्ने, मांसपेशी दुख्ने। वाकवाकी लाग्ने र ज्वरो आउने कमै हुन्छन्। यो खोपबाट एनाफिलेक्सिस प्रतिक्रिया आएको छैन।
जानकारीमूलक सामग्रीहरू	Pfizer-BioNTech को EUA सम्बन्धी जानकारीमूलक सामग्री	Moderna को EUA सम्बन्धी जानकारीमूलक सामग्री	Janssen को EUA सम्बन्धी जानकारीमूलक सामग्री

ओहायोमा खोपहरू कसरी वितरण गरिनेछ?

अहिले पर्याप्त मात्रामा खोपको आपूर्ति हुन सकिरहेको छैन। त्यसैले, COVID-19 को खोप लगाउन चाहने मानिसहरू आफूले चाहेको कम्पनीको खोप लगाउन पाउने अवस्था छैन।

खोप लगाउन चाहनेहरूले सम्बन्धित खोप स्थल वा क्लिनिकमा उपलब्ध खोप लगाउनुपर्नेछ। तपाईंले जतिसक्दो चाँडो र जुन खोप उपलब्ध छ त्यही खोप लगाउनुभयो भने तपाईं COVID-19 बाट बच्न सक्नुहुन्छ।

COVID-19 का उपलब्ध तीनवटै खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी रहेको भनेर प्रमाणित गरिएका छन्। यी खोपहरूले COVID-19 बाट गम्भीर रोग लाग्न, अस्पताल भर्ना हुने अवस्था र मृत्यु हुनबाट बचाउने कुराहरू प्रमाणित भएको छ।

विभिन्न प्रकारका खोपहरू

खोपहरू मात्र यस्तो उपाय हो जसले हामीलाई COVID-19 बाट सृजित हुने रोगबाट बचाउँछन्। खोपले प्रतिरोधात्मक प्रतिक्रिया गर्छ। यही प्रतिक्रियाको आधारमा तपाईंको शरीरले भविष्यमा भाइरससँग कसरी लड्न भनेर याद गर्छ।

अमेरिकी COVID-19 खोपहरूले एकै तरिकाले काम गर्दैनन् तर यी सबै खोपहरूमा SARS-CoV-2 को हानिरहित सतही प्रोटिन वा भाइरस समावेश हुन्छ र यो प्रोटिनले COVID-19 लाई प्रतिरोधी क्षमता निर्माण गर्न लगाउँछ।

सो सतही प्रोटिन (वा स्पाइक प्रोटिन) ले भाइरसलाई कोषमा टाँसिन्छ जसले गर्दा भाइरस ती कोषहरूमा प्रवेश गर्न पाउँछन्। यो स्पाइक प्रोटिन आफैमा जोखिमरहित हुन्छ। शरीरलाई भविष्यमा यस्तो प्रोटिन वा भाइरस पहिचान गर्न र सो भाइरससँग लड्न सिकाउन खोपमा यो प्रोटिनको प्रयोग हुन्छ।

म्यासेन्जर RNA (mRNA) खोपहरू

म्यासेन्जर RNA (mRNA) खोपहरूले mRNA भनिने जेनेटिक तत्त्वको प्रयोग गरी कोषमा जेनेटिक कोड पठाउँछन् र SARS-CoV-2 भाइरसको सतही वा स्पाइक प्रोटिन बनाउँछन्। mRNA निर्देशनहरूबाट बनेका प्रोटिनहरूले प्रतिरोधात्मक प्रणाली सक्रिय पार्छन्। हाम्रो प्रतिरोधात्मक प्रणालीले उक्त प्रोटिनलाई दुश्मनको रूपमा लिन्छ र त्यससँग लड्न एन्टिबडी बनाउँछ। परिणामस्वरूप, शरीरले भविष्यमा हुने सङ्क्रमणविरुद्ध कसरी लड्ने भनेर सिक्छ।

यो खोप प्रणालीलाई Pfizer-BioNTech र Moderna दुवै खोपहरूमा प्रयोग गरिएको छ। mRNA खोपहरू नयाँ भए पनि शोधकर्ताहरू दशकौंदेखि mRNA खोपका बारेमा अध्ययन गरिरहेका छन्। उदाहरणका लागि फ्लु, जिका र र्‍याबिज जस्ता रोगको सन्दर्भमा यस्तो खोपको अध्ययन भएको छ। खोपका अलावा, क्यान्सरको शोधमा क्यान्सर लागेको कोषलाई लक्षित गरी प्रतिरोधात्मक प्रणाली विकास गर्न mRNA को प्रयोग भइसकेको छ।

भाइरल भेक्टर खोपहरू

भाइरल भेक्टर खोप ले अर्को भाइरसको संशोधित रूपको प्रयोग गरी कोषहरूलाई सतही स्पाइक प्रोटिनहरूका प्रतिलिपिहरू बनाउन लगाउँछ। रुखाखोकी लगाउने जस्तो निष्कृय र हानी नगर्ने भाइरसलाई भेक्टर (सञ्चार यन्त्र) को रूपमा प्रयोग गरी कोषलाई स्पाइक प्रोटिन बनाउने निर्देशनहरू दिइन्छ। प्रतिरोधात्मक प्रणालीले सो भाइरस शरीरका लागि हानिकारक छ भन्ने थाहा पाउँछ र सो भाइरससँग लड्न थाल्छ। परिणामस्वरूप, शरीरले भविष्यमा हुने सङ्क्रमणविरुद्ध कसरी लड्ने भनेर सिक्छ।

यो प्रविधि Johnson & Johnson (Janssen) को खोपमा प्रयोग भएको छ। वैज्ञानिकहरूले सन् 1970 देखि भाइरल भेक्टरको प्रयोग गर्न थालेका हुन्। भाइरल भेक्टर फ्लु र RSV का खोपहरूमा प्रयोग हुने गरेको छ। त्यस्तै, क्यान्सरको उपचार गर्न गरिने जिन थेरापी र मोलिक्युलर जीव विज्ञानका शोधमा पनि यसको प्रयोग भइसकेको छ। यो प्रविधिबाट बनेका खोपहरू इबोला भाइरसको माहमारीको दौरान पनि प्रयोग भएका थिए।

खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी छन् भन्ने कुरा कसरी निर्धारण गरिन्छ ?

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) र Food and Drug Administration (FDA) ले सावधानीपूर्वक COVID-19 का खोपहरूको सुरक्षा अनुगमन गरिरहेका छन्।

FDA ले COVID-19 महामारी जस्ता जनस्वास्थ्यीय आपत्कालीन अवस्थाहरूमा चिकित्सकीय उत्पादनहरू तुरुन्तै उपलब्ध होस् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्न आपत्कालीन प्रयोग अनुमति (EUA) जारी गर्न पाउँछ। खोप सुरक्षित तथा प्रभावकारी छ कि छैन र यसका बेफाइदाभन्दा बढी फाइदाहरू छन् कि छैनन् भन्ने कुरा यकिन गर्न FDA ले कडा मापदण्डहरू तोकेको हुन्छ। त्यस्तै, खोपको सुरक्षा निर्धारण गर्ने प्रयोजनका लागि स्वतन्त्र चिकित्सा पेशाकर्मीहरूको रायहरू पनि लिइन्छ। FDA ले निर्णय गरेपछि खोप प्रयोग गर्ने सिफारिस गर्नुअगाडि CDC ले पनि उपलब्ध तथ्याङ्कहरूको समीक्षा गर्छ। खोपका सुरक्षा अनुगमन प्रणालीहरू खोप प्रयोग हुन थालिसकेपछि निरन्तर चलिरहन्छ।

स्रोतहरू:

- Pfizer-BioNTech को COVID-19 खोपको EUA
- Moderna को COVID-19 खोपको EUA
- Johnson & Johnson (Janssen) को खोपको EUA

क्लिनिकल ट्रायलहरूमा खोपको प्रभावकारितालाई बुझ्ने

तपाईंले COVID-19 का खोपहरूका प्रभावकारिता दरहरूका बारेमा सुनेको हुन सक्नुहुन्छ। तर प्रभावकारिता दर भनेको खासमा के हो ? खोपको प्रभावकारिता भन्नाले नियन्त्रित समूहका खोप नलगाउने मानिसहरूको तुलनामा क्लिनिकल ट्रायलमा खोप लगाउने मानिसहरूमा कति प्रतिशतले रोग घट्यो भन्ने बुझिन्छ। उदाहरणका लागि, 85% को प्रभावकारिता दर भन्नाले नियन्त्रित समूहका खोप नलगाउने वमानिसहरूको तुलनामा खोप लगाउने मानिसहरूमा रोग लाग्ने सम्भावना 85% कम हुन्छ भन्ने कुरा बुझिन्छ।

तीनवटै खोपहरूको डिजाइन र तेस्रो चरणको क्लिनिकल परीक्षणका मितिहरू फरक-फरक भएकाले COVID-19 का तीनवटै खोपहरूका बीचमा तुलना गर्न मुश्किल हुन्छ। त्यस्तै, फरक-फरक परीक्षणहरूले फरक-फरक कुराहरूको जाँच गरेका थिए र एक खोपको अर्को खोपसँग तुलना गरिएको थिएन र यी सबै खोपहरू भाइरसका नयाँ प्रजातिहरूको विरुद्ध परीक्षण गरिएको थिएन। यो काम एउटा स्याउलाई अर्को स्याउसँग तुलना गरे जस्तो होइन।

- Pfizer र Moderna का ट्रायलहरू खोपले लक्षण सहितको COVID-19 को सङ्क्रमणलाई निको पार्छ कि पार्दैन भन्ने कुरा निर्धारण गर्न गरिएका थिए।
- Janssen ट्रायलहरू भने परीक्षणको नतिजा पोजिटिभ आएको र कम्तीमा पनि एउटा लक्षण देखिएको अवस्थामा खोपले मध्यमदेखि गम्भीर खालको COVID-19 रोगबाट बचाउँछ कि बचाउँदैन भन्ने कुरा पहिचान गर्न गरिएको थियो।
- Pfizer र Moderna का खोपहरू लगभग एकै समयमा बेलायत, दक्षिण अफ्रिका र ब्राजिलमा भाइरसका नयाँ प्रजातिहरू देखिनुभन्दा अगाडि नै परीक्षण गरिएका थिए। यो खोपले भाइरसका नयाँ प्रजातिहरूको विरुद्धमा काम गर्छ कि गर्दैन भन्ने कुरा पहिचान भइसकेको छैन तर पनि प्रारम्भिक शोधले खोपहरू तिनीहरू विरुद्ध पनि प्रभावकारी हुने देखाएको छ। J&J को खोप भाइरसका नयाँ प्रजातिहरू देखिँदै गर्दा परीक्षण गरिएको थियो र यसको प्रभावकारिता उच्च रहेको थियो।

समग्रमा भन्नुपर्दा यी तीनवटै खोपहरूले तपाईंलाई गम्भीर रोग लाग्न, तपाईंलाई अस्पताल भर्ना भएर उपचार गराउनुपर्ने अवस्था र मृत्युबाट बचाउँछन्।

फेब्रुअरी 28, 2021 मा तयार पारिएको।

थप जानकारीका लागि यहाँ जानुहोस्: coronavirus.ohio.gov. COVID-19 का बारेमा तपाईंका प्रश्नहरूका लागि, 1-833-4- ASK-ODH (1-833-427-5634) मा फोन गर्नुहोस् वा COVIDVACCINE@odh.ohio.gov मा इमेल गर्नुहोस्।

तपाईंको मानसिक स्वास्थ्य पनि शारीरिक स्वास्थ्य जतिकै महत्वपूर्ण हुन्छ। यदि तपाईं वा तपाईंको कुनै प्रियजन कोरोना भाइरस महामारीका कारणले चिन्तित हुनुहुन्छ वा आत्तिनुभएको छ भने मद्दत हप्ताको सातै दिन, दिनको चौबीसै घण्टा उपलब्ध रहेको छ। COVID-19 CareLine लाई 1-800-720-9616 मा फोन गर्नुहोस्।